

社会保険 やまがた

Shakaihoken Yamagata

●社会保険料の納入は『口座振替』が便利です ●一年に一回は健康診断を受けましょう



日本年金機構

2-3ページ

- 賞与を支払ったときの届出について
- 雇用保険と年金の調整について
- お役に立ちます!ワンポイント相談室②
- 職場の頼れる相談相手「年金委員」



協会けんぽ

4-5ページ

- 健康保険Q & A
- おしえて!やまがたさん!
～限度額適用認定証～



社会保険協会

6-7ページ

- 平成28年度 事業のご案内
- ゴルフ大会のお知らせ
- 人間ドックの受診費用助成について
- わが社の健康づくり

東根市 さくらんぼマラソン

さくらんぼ生産量日本一・さくらんぼの王様「佐藤錦」
発祥の地である東根市では、毎年6月初旬に「果樹王
国ひがしね さくらんぼマラソン大会」を開催します。
(撮影 FLOT)





賞与を支払ったときは、届出をお忘れなく！

事業主が被保険者に賞与を支払った場合は、支給日より5日以内に「健康保険 厚生年金保険 被保険者賞与支払届」(「賞与支払届」)により、支給総額等を届け出ます。この届書をもって、標準賞与額および賞与の保険料額が決定されます。また、被保険者が受給する年金額の計算の基礎となる大事な届出ですので、必ず提出してください。

日本年金機構に届出等されている賞与支払予定年月の前月に、被保険者の氏名等を印字した届出用紙、または、磁気媒体で登録されている場合は、CDを事業所様へ送付します。

届出に必要なものは、「健康保険 厚生年金保険 被保険者賞与支払届 総括表」(総括表)と「賞与支払届」です。
登録した予定月に支払いがない場合でも「総括表」の「④支給・不支給」欄の「不支給 1」を○で囲み提出ください。

「賞与支払届」に関するQ & A

Q 対象となる賞与の内容は

A 賃金・給料・賞与、その他いかなる名称であるかを問わず、労働者が労働の対償として受け取るもののうち、年3回まで支給されるものをいいます。なお、年4回以上支給されるものは、標準報酬月額の対象となります。

Q 標準賞与額{賞与額(通貨・現物)の1,000未満を切り捨てた額}の上限は

A 健康保険では年度の累計額 573 万円 (毎年 4 月 1 日から翌年 3 月 31 日までの累計額) (平成 28 年 4 月 1 日改正)、厚生年金保険では1か月当たり 150 万円となっています。同月内に 2 回以上支払いがあったときは、合算して届け出ます。

Q 添付書類は？

A 必要ありません。ただし、標準賞与額の年度の累計額 573 万円を超える場合は、「健康保険 標準賞与累計申出書」の提出が必要です。なお、70 歳以上被用者の方に賞与を支払った場合は、「厚生年金保険 70 歳以上被用者 算定基礎・月額変更・賞与支払届」の提出も必要です。

雇用保険の給付を受けると、年金が止まります！

退職される方

65歳になるまでの老齢厚生年金は、ハローワークで求職の申込みをすると、**年金の全額が支給停止**されます。

厚生年金保険に加入中の方

65歳になるまでの老齢厚生年金は、雇用保険の高年齢雇用継続給付を受けられるときは、在職による年金の支給停止だけでなく、さらに**年金の一部が支給停止**されます。

年金請求時に、雇用保険に関する届出をお願いします。

- 年金請求書に「雇用保険被保険者番号」を記入してください。
- 雇用保険被保険者番号を確認できる書類(「雇用保険 被保険者証」や「雇用保険受給資格者証」等のコピー)を添付してください。



●年金事務所窓口に、「パンフレット」を用意しています。詳しくは、年金事務所へお尋ねください。

お役に立ちます!ワンポイント相談室②

Q

私の息子は、今年6月に20歳になりますが、現在仙台の大学(昼間部)に通学しています。

20歳になったら国民年金に加入しなければならないと聞きましたが、息子は現在私の仕送りで通学しており、収入がありません。どこへ、どんな手続きをしたらいいのでしょうか。なにも手続きをしなかったらどうなるのでしょうか。



A

日本国内に住所を有する20歳以上60歳未満の者は、国民年金の被保険者となります(国民年金法第7条)。20歳到達日(誕生日の前日)の1か月前に、国民年金被保険者届出の「加入のご案内」とともに加入の手続きに必要な届書一式が送付されます。〔国民年金資格取得届〕や〔学生納付特例制度申請書〕等)

在学中で所得がない(または一定額以下)の方が保険料の未納期間を理由に、将来、老齢基礎年金や障害基礎年金を受け取れなくなることを防ぐため、本人が申請すれば保険料の納付が猶予される制度があります。これを「学生納付特例制度」といいます。

この手続きを怠ると、在学中のけがや病気による障害基礎年金を受給できなくなることになりますので、忘れずに、住民登録のある市区町村役場または、管轄の年金事務所へ手続きをお願いします。

卒業してからでも、学生納付特例制度の承認期間の国民年金保険料を納めることも出来ます(追納といいます)。承認期間の保険料を納めなかった期間は、老齢基礎年金の受給資格期間には含まれますが、年金額の計算には含まれません。

大学だけでなく専門学校などでも「学生納付特例制度」の承認校に含まれる場合もありますので、お尋ねください。

職場の頼れる相談相手

職場に、年金委員は、いらっしゃいますか

年金委員制度は、年金制度について広く国民の皆様にご理解いただくとともに、年金制度への理解と信頼を深め、会社や地域などにおいて年金の普及・啓発活動を行っていただくために設置された制度です。(日本年金機構法第30条)

年金制度に関する仕組みや各種届出手続方法など、他の従業員が知りたい年金の情報や知識を有する従業員が職場内にいることは、とても心強いものです。

年金委員は、厚生労働大臣の委嘱を受け、こうした期待に応えるための職場と年金事務所を結ぶパイプ役となります。

事業主様には、制度の趣旨をご理解いただき、ぜひ年金委員の推薦をお願いします。

年金委員の推薦については、お近くの年金事務所までご連絡をお願いします。



お問い合わせ・お申込み

日本年金機構 山形県内各年金事務所

日本年金機構

検索

URL <http://www.nenkin.go.jp/>



健康保険Q&A 健康保険給付の時効!

Q. 健康保険給付にも時効はあるのですか？

A. あります。時効の起算日から**2年**を経過すると、給付を受けることができなくなりますのでご注意ください。

(起算日には例外もあります。)



給付の種類	健康保険給付の時効
療養費	療養に要した費用を支払った日の翌日から2年
高額療養費	診察を受けた月の翌月の1日から2年
傷病手当金	労務不能であった日ごとに、その翌日から2年
出産手当金	労務に就けなかった日ごとに、その翌日から2年
出産育児一時金	出産日の翌日から2年
埋葬料	死亡した日の翌日から2年
埋葬費	埋葬をおこなった日の翌日から2年

例1 療養費



治療用装具を作り、平成28年2月15日に装具代金を支払った場合

時効の起算日：平成28年2月16日
請求できる期間：平成30年2月15日まで

例2 高額療養費



平成28年4月5日から平成28年4月25日までの入院(平成28年4月分)を請求する場合

時効の起算日：平成28年5月1日
請求できる期間：平成30年4月30日まで

例3 傷病手当金

傷病手当金は1日単位で給付金が支払われるため、時効も1日単位で発生します。

平成28年3月3日から平成28年3月20日までを請求する場合



労務不能だった日	時効の起算日	請求できる期間
平成28年3月3日	平成28年3月4日	平成30年3月3日まで
平成28年3月4日	平成28年3月5日	平成30年3月4日まで
⋮	⋮	⋮
平成28年3月19日	平成28年3月20日	平成30年3月19日まで
平成28年3月20日	平成28年3月21日	平成30年3月20日まで

おしえて！やまがたさん!



～限度額適用認定証～



【やまがたさん】
 総務課に所属する
 健康保険に詳しいベテラン OL



【たなかくん】
 入院費用が高額と知り
 困っている様子

1 困ったなあ...

入院することになったんですが、費用が高額になりそうで支払いが難しいんですよ...

それなら「限度額適用認定証」を申請するといいわよ!

2 何ですかそれ?

限度額適用認定証を病院等窓口に保険証とあわせて提示すると、病院等での支払いが自己負担限度額まで済むのよ!

3 そうなんですが、よかった! これで安心して入院できます。ちなみに美容整形にも使えるんですか?

えっ!!!

美容整形など健康保険が使えないものは対象外よ!

4 美容整形が対象なら、イケメンになろうと思ったのに...

それができるなら、私も今頃は美容女よ。

健康保険が使えないケース
 ●美容目的の整形手術 ●歯の矯正 など

医療費が高額になりそうなときは 限度額適用認定証をご利用ください。

70歳未満の方が「限度額適用認定証」を医療機関窓口に提示すると、1か月(1日から月末まで)の各窓口で支払う医療費が「自己負担限度額」まで※1となります。

※1 健康保険適用外の自己負担や食事の負担額は対象になりません。

【申請と利用の流れ】

- ①協会けんぽへ申請(郵送でOK)
- ②認定証が自宅へ届く
- ③保険証と限度額適用認定証を病院窓口へ提示
- ④医療費の支払い(自己負担限度額までとなる)

ご注意

- 被保険者が市町村民税非課税の場合は申請用紙が「健康保険限度額適用・標準負担額減額認定申請書」になり、非課税証明書の添付などが必要になります。
- 高齢受給者証をお持ちの方は限度額適用認定証は必要ありません。(被保険者が市町村民税非課税の場合は申請が必要です。)

お問い合わせ・お申込み

全国健康保険協会(協会けんぽ) 山形支部
 〒990-8587 山形市幸町 18-20 JA 山形市本店ビル 5階 TEL.023-629-7225 (代)

協会けんぽ

検索

URL <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

平成28年度 事業のご案内

平成28年3月15日、社会保険協会理事会において、平成28年度事業計画が決定しました。
今年度も、社会保険制度の普及や講習会の開催、健康増進事業を推進し皆さまの福利増進に努めてまいります。

	制度の普及指導に関する事業		健康保持増進に関する事業	
	社会保険やまがた	年金説明会 事務講習会	スポーツ事業	健康増進事業
4月				
5月	5・6月号発行			
6月			ゴルフ大会(本部 11日)	
7月	7・8月号発行			
8月				
9月	9・10月号発行	年金説明会 (山形・米沢・新庄)	ゴルフ大会(庄内・置賜) ボウリング大会(新庄9日)	
10月		年金説明会(東根・寒河江・鶴岡) 社会保険事務講習会	ゴルフ大会(新庄 15日) トレッキング(22日)	
11月	11・12月号発行	年金説明会(長井・酒田) 社会保険事務講習会(山形)	山形県卓球大会 (26日)	
12月				
1月	1・2月号発行		ボウリング大会 (寒河江15日)	
2月		年金説明会(山形)		
3月	3・4月号発行			

※日付は、現在確定している事業です。

制度の普及指導に関する事業	健康保持増進に関する事業
<p>広報活動</p> <ul style="list-style-type: none"> 機関誌「社会保険やまがた」を発行し、社会保険制度の普及啓蒙を図ります。 ホームページやメールマガジンにより最新情報をお伝えします。 <p>各種説明会の開催</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康保険、厚生年金保険、労働保険制度の事務講習会を5地区で開催します。 年金請求に備えていただくため、年金説明会を8地区で開催します。 	<p>保養施設利用の助成</p> <ul style="list-style-type: none"> 保養のため宿泊施設を利用されるとき 被保険者 2,000円 小学生以上の被扶養者 1,000円を助成 保養のため日帰り施設を利用されるとき、被保険者 500円を助成 <p>人間ドック受診費用の助成</p> <ul style="list-style-type: none"> 人間ドック、PET検査、脳ドック受診のとき、被保険者並びに被扶養者 2,000円を助成(詳しくは次ページ) <p>家庭常備薬等の斡旋(新事業)</p> <ul style="list-style-type: none"> 被保険者、ご家族の病気やけが等の初期症状の緩和や応急手当等のために、家庭常備薬等の斡旋を行います。

詳しい内容や日程は、その都度おしらせいたします。また、ホームページでもご確認ください。

ゴルフ大会を開催します

会員の皆様の親睦を深め、心身をリフレッシュし明日への活力を得るためゴルフ大会を実施しますので参加ください。

日時	平成28年6月11日(土) 8時50分まで集合		
場所	天童カントリークラブ(天童市川原子)		
参加費	2,000円	競技方法	ダブルペリア方式 募集人員 40名
申込方法	申込書を山形県社会保険協会のホームページからダウンロードしていただくか、電話でお問い合わせください。		



人間ドックの受診費用を、2,000円助成します

健康で楽しい毎日を過ごすため定期的に健康診断を受けることや、人間ドックを受診し、疾病の予防及び早期発見、早期治療が大切です。社会保険協会では、人間ドック費用の一部助成を行っています。平成27年度から「PET検査」「脳ドック」も助成の対象となりました。（受診者本人が2,000円以上負担する場合があります。）

助成を受ける方法

契約健診機関



契約健診機関以外

契約健診機関以外で受診される場合は、④の承認書交付までは上の図と同じですが、ドック受診時に「承認書」の提出は必要ありません。ドックの費用を全額支払い後に、当協会に請求していただくことになります。請求用紙は、承認書とともに送付いたします。

一事業所で助成を受けられる人数は、被保険者数の半数までで、最大25名様となります。

契約健診機関

- 山形健康管理センター ■山形県立新庄病院 ■新庄徳洲会病院 ■庄内余目病院
- 庄内地区健康管理センター ■三友堂病院 ■山形済生病院 ■至誠堂総合病院
- やまがた健康推進機構 ・山形・庄内・最上・米沢・南陽 各検診センター

やまがた健康推進機構の各検診センターで人間ドックを受けられる方は、予約の時に、社会保険協会の助成を受ける予定であることを申し出てください。

ご注意

市町村で行っている人間ドックの申込みの場合、契約健診機関でも窓口支払いの時に2,000円を差し引くことができない場合があります。その際は、お支払い後に当協会に請求していただきます。

わが社の健康づくり

株式会社 荘内銀行

鶴岡市本町一丁目9番7号

弊社は明治11年創業の、本店を鶴岡市に置く地方銀行です。現在、本店の建替え工事中で完成は平成29年夏を目指しております。

銀行という職業柄、身体よりも頭を使う業務が多く、仕事のパフォーマンスを上げるためには、ストレスのかからない上手な時間の使い方や質の高い睡眠の取り方など、毎日の生活リズムに気を使っている人がいる反面、頭では理解していても「健康づくり」には無頓着な人

も多いのが現状です。

健康管理面では、2名の保健師による健康相談に重点を置いています。定期健康診断後に山形県内外の全職場を巡回し、診断結果をもとに日常生活面での指導や健康管理に関する情報提供、二次検査のフォローなどを行っています。

個人で気軽にできる健康増進メニューとしては「ウォーキングコンテスト」があります。目標歩数を達成すると商品が贈呈されます。大勢で行うものとしては、全職場が一堂に会する「軽スポーツ大会」があります。毎年秋に開催していて、昨年は上市市の体育館を会場に爽やかな汗を流しリフレッシュしました。

また、県内各地のお祭りやパレードに踊りで参加しており、独自の衣装をそろえ、踊りもエネルギーにアレンジし

て若手を中心に参加者も増え盛り上がりを見せています。健康づくりに貢献しているだけでなく、仲間同士の交流と地域との繋がりにも役立っています。

この度の「健康づくり優良事業所」表彰受賞は、健康について考えるよい機会となりました。「ストレスチェック」も義務付けられ、健康管理、健康づくりにはこれまで以上に真剣に向き合っていきたいと思えます。ありがとうございました。



お問い合わせ・お申込み

一般財団法人 山形県社会保険協会 〒990-0043 山形市本町 2-3-38 岩城ビル 4F

山形県社会保険協会

検索

TEL. 023-642-6261 FAX. 023-633-4114 URL <http://www.shahokyo-yamagata.jp/>



春キャベツと海老炒め

キャベツには、体に良いたくさんの栄養が含まれています。
特に夏より春キャベツはカロテンが多く含まれており、カロテンは免疫力を高め、胃腸粘膜を保護修復する働きがあります。



材 料 [4人分]

◎1人当りおよそ130kcal

春キャベツ……中1個
むき海老(ボイル)200g
玉ねぎ ……1個
サラダ油 …… 適量

A

水…… 大さじ4
鶏がらスープの素
…… 小さじ1.5
塩、こしょう各少々

B

水…… 大さじ2
片栗粉… 小さじ2

作り方

- ①キャベツは大きめに切る。玉ねぎは薄切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、海老をさっと炒め、キャベツと玉ねぎも加えて炒める。
- ③②にAをよく混ぜ合わせ、Bを回し入れる。

新任所長のごあいさつ



山形年金事務所長
村山 賢司

4月1日付けの人事異動で山形年金事務所長になりました村山と申します。出身は山辺町です。23年4月に山形県を離れ、札幌、東北ブロック本部、青森に勤務し、5年ぶりに山形県に戻りました。改めて皆様方から安心と信頼を得られるよう、精一杯頑張る所存ですので、ご指導・ご協力をよろしくお願いいたします。



米沢年金事務所長
中村 正志

4月1日付けで米沢年金事務所長になりました中村と申します。出身は山形市で、横浜市での単身赴任から戻ってまいりました。国民の皆様の年金を守るため、お客様の立場に立ち、信頼される組織を目指して、一体となって取り組んでまいりますので、引き続き、ご支援とご協力を賜りますよう、どうぞ宜しくお願ひ申し上げます。



鶴岡年金事務所長
太田 仁司

4月1日付で鶴岡年金事務所長に任ぜられました太田でございます。どうぞよろしくお願ひいたします。昨年発生いたしました「日本年金機構における不正アクセスによる情報流出事案」につきましては、国民の皆様にご多大なご迷惑をおかけし誠に申し訳ございませんでした。今後はお客様サービスの向上をはじめとした、年金事業全般の推進により一層努めてまいりますので、皆様からのご支援ご協力を賜りますよう、よろしくお願ひいたします。



寒河江年金事務所長
高澤 有美

4月1日付で寒河江年金事務所の所長に就任いたしました高澤です。出身は千葉県で、新宿(新大久保)へ満員電車で通勤をしておりました。はじめての単身赴任となりますが、壮大な山々など自然のスケールの大きさ、町の人たちの温かさなど驚きの連続です。今後ともお客様第一の気持ちを忘れず、皆様からの信頼回復に向け職員一丸となり努めてまいりますので、引き続きのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。